LECCIÓN 15

Querido amigo:

Hemos avanzado más allá de la mitad del curso y como es nuestro propósito esperamos que le hayan servido estas enseñanzas. Así pues adelante, querido estudiante, sigamos siempre adelante.

Om Tat Sat

Los Instructores

SECCIÓN 1

ESTUDIO DE UN CAPÍTULO DEL BHAGAVAD-GITA.

"El Bhagavad-gita ha sido siempre mi fuente de alegría. Cada vez que soy incapaz de percibir una línea plateada en el horizonte, abro el Gita y encuentro un verso que me da una nueva esperanza".

Mahatma Gandhi

LAS TRES CUALIDADES DE LA NATURALEZA MATERIAL

Como se explicó en el capítulo trece, la jiva está enredada en el mundo material debido a la asociación con las modalidades de la naturaleza. En este capítulo, Krishna explica qué son las modalidades de la naturaleza, cómo actúan, cómo atan y cómo puede uno liberarse de su influencia.

Al comienzo del capítulo, Krishna declara a Arjuna que Él le revelará nuevamente esta Suprema sabiduría, el mejor de todos los conocimientos, por cuya comprensión uno puede alcanzar "la naturaleza trascendental" y ser liberado de la repetición de nacimiento y muerte (Bg. 14.1-2). Krishna explica que todos los seres vivientes toman nacimiento dentro de este mundo cuando Él los coloca en la naturaleza material. Por eso Él es "el padre que aporta la semilla" de todas las diferentes especies de vida (Bg. 14.3-4).

La naturaleza material consta de tres modalidades: Sattva (bondad), Rajas (pasión) y Tamas (ignorancia). Estas modalidades condicionan a la entidad viviente que toma nacimiento en el mundo material (Bg. 14.5). Krishna define y explica las características generales y los síntomas de las modalidades y cómo ellas condicionan y atan a la jiva. Describe también el destino de las diferentes jivas después de la muerte (Bg. 14.6-18). Uno puede trascender la influencia de las tres modalidades y alcanzar a Krishna al comprender el trabajo de las tres modalidades y entender que Krishna es trascendental a ellas (Bg. 14.19). Cuando uno trasciende las modalidades, alcanza a liberarse de las miserias del nacimiento, la vejez y la muerte, y puede disfrutar del "néctar aún en esta vida" (Bg. 14.20). Después Arjuna le hace a Krishna tres preguntas: "¿Cuáles son los síntomas de aquél que es trascendental a las modalidades de la naturaleza? ¿Cómo se comporta?, y ¿Cómo trasciende las modalidades? (Bg. 14.21). Krishna responde a las dos primeras preguntas en los versos 22 al 25. En esencia, una persona que ha trascendido las modalidades de la naturaleza (quien entiende que su propio ser es espiritual y trascendental a la materia), no es afectado por las acciones y reacciones del mundo material. Él esta libre de todas las dualidades materiales, tales como placer y dolor, honor y deshonor, y no se ocupa en actividades fruitivas. Como respuesta a la tercera pregunta, Krishna dice que uno trasciende las modalidades por la práctica del Bhakti-Yoga (servicio devocional). Y al trascender las modalidades, alcanza el nivel del Brahman, la posición espiritual preliminar, caracterizada por la liberación de la contaminación material (Bg. 14.26). En el verso final del capítulo, Krishna declara que Él es la base o la fuente del Brahman (Bg. 14.27). Por eso, cuando uno ha alcanzado el nivel del Brahman, cuando se ha liberado de la contaminación de las modalidades de la naturaleza, se cualifica para ocuparse en el servicio devocional de Parabrahman (el Brahman Supremo), Krishna.

SECCIÓN 2

EL VERSO DE LA QUINCENA

Bhagavad-gita, Capítulo 14 Texto 27

brahman o hipratisthaham amrta ayavvayasya ca sasvata ya ca dharmasya sukha yaikantilasya ca

brahman - del brahmajyoti impersonal; hi - ciertamente; pratistha - el fundamento; aham - Yo Soy; amrtasya - del imperecedero; avyayasya - inmortal; ca - también; sasvatasva - de lo eterno; ca - y; dharmasya - de la posición constitucional; sukhasya la felicidad; aikantikasya - última; ca - también.

TRADUCCIÓN: Y Yo Soy el fundamento del Brahman impersonal, el cual es la posición constitucional de la felicidad última, siendo inmortal, imperecedero y eterno.

Por lo tanto, debemos dirigir nuestra atención solamente hacia el Ser Supremo, ya que iluminación espiritual significa la búsqueda de la fuente original de toda existencia. Medite con claridad sobre este punto.

SECCIÓN 3

YOGA Y MEDITACIÓN

PRANAYAMA II

La meta del yoga es controlar la mente y fijarla en un solo punto: el Paramatma, o el Supremo en nuestro corazón; "Para aquel que ha conquistado la mente, la Superalma ya está alcanzada, pues él ha logrado la tranquilidad. Para un hombre tal, la felicidad y la desdicha, el calor y el frío, la honra y la deshonra, son todos lo mismo" (Bg. 6.7).

El Hatha -Yoga es un proceso completo y sistemático para alcanzar la meditación en el Paramatma.

Sigamos estudiando el tema que iniciamos en la Lección 10, Tercera Sección.

Los movimientos del cuerpo son primeramente generados en el corazón, y todas las actividades del cuerpo son realizados por los sentidos, los cuales son impulsados por los diez diferentes tipos de aire dentro del cuerpo. Esto es lo que afirman los Vedas. Recuerde que los aires fueron descritos en la Lección 10, 3a. Sección.

La respiración correcta es uno de los soportes de la buena salud. Las ciudades contaminadas originan enfermedades nuevas y perturban la habilidad de relajación y el balance mental. El aire puro es necesario, y el Señor Supremo suministró suficiente, pero nuestra negligencia en lo espiritual y la falta de conocimiento han hecho que las personas destruyan su buena salud al fumar cigarrillos y contaminar el aire de diferentes formas.

El sistema Hatha-Yoga trabaja de tal manera que usted controla la mente al controlar los aires; cuando los aires están controlados, la mente también lo está, y viceversa.

LA TÉCNICA DEL PRANAYAMA Y SU META.

Para controlar los aires, la cosa más importante es controlar el Prana, el aire de la vida. Este proceso se llama PRANAYAMA. Para comenzar, uno practica la respiración profunda y firmemente, tal como lo hemos aprendido en las lecciones anteriores. Luego continúe controlando el aire que entra y el que sale, inhalando y exhalando alternadamente a través de las dos fosas nasales; estos procesos son conocidos como PURVAKA (inhalación) y RECAKA (exhalación).

La velocidad de la respiración se va reduciendo gradualmente, hasta que uno logra el KUMBHAKA, o la interrupción del aliento. Los períodos durante los cuales uno puede retener la respiración también se prolongan.

Este sistema se explica en los Yoga-Sutras de Patanjali y en otros textos, como el Hatha-Yoga Dipika y en el Srimad-Bhagavatam, donde dice:

"Mientras fija continuamente su mirada en la punta de la nariz, un yogi erudito practica los ejercicios de respiración a través de una técnica conocida como PURVAKA, RECAKA y KUMBHAKA, controlando la inhalación y la exhalación, y luego interrumpiéndolas. De esta manera, el yogi se restringe de los apegos materiales y abandona todos los deseos mentales. Tan pronto como la mente es derrotada por los deseos lujuriosos y se inclina hacia los sentimientos de gratificación sensorial, el yogi la trae de vuelta y la encierra en el centro de su corazón" (S. B. Canto 7 Cap.15,Textos 32 y 33).

Con esta práctica, los yogis prolongan la duración de la vida por muchos años. El Hatha- Yoga o Astanga-Yoga es altamente técnico y, cuando se ha avanzado mucho, implica un conocimiento profundo de los centros vitales del cuerpo, los cakras y el cerebro, purifica los 72.000 Nadis (nervios) que salen del plexo solar, permitiendo por lo consiguiente que la Kundalini (fuerza vital) se eleve del cakra (centro vital) más bajo a los más elevados, hasta que llegue al Brahma randra, de donde el alma, después de muchos años de meditación y práctica, sale y alcanza cualquier planeta espiritual o material al cual el yogi haya aspirado.

El Hatha-Yoga consiste tradicionalmente de ocho senderos (y por eso también se le llama Astanga-Yoga):

1.- Yama: control de los sentidos, 2.- Niyama: Cumplimiento estricto de reglas y regulaciones. 3.- Asana: Práctica de las diferentes posturas. 4.- Pranayama: Control de la respiración. 5.- Pratyahara: Retirar los sentidos de los objetos de los sentidos. 6.- Dharana: Concentración de la mente. 7.- Dhyana: Meditación. 8.- SAMADHI: autorrealización.

Y tiene que ser practicada en un lugar apartado sin perturbaciones sensuales. Por lo menos, en un comienzo, uno debe trabajar bajo la guía personal de un maestro experto.

HATHA-YOGA Y BHAKTI-YOGA.

Podemos ver que de los ocho senderos, hemos practicado sistemáticamente sólo el número 3 y recibido una introducción al número 4.

En general, para alcanzar la autorrealización a través del Astanga-Yoga, se necesitan muchos, muchos años. De hecho, este sendero de Yoga estaba recomendado en Satya-Yuga, cuando la gente vivía 100.000 años en promedio.

En nuestro caso, no tenemos que continuar con este difícil tipo de control de los aires, el cual es imposible de aprender sin una práctica intensa bajo una guía personal.

En el Bhagavad-gita, incluso Arjuna, a quien Krishna seleccionó como el discípulo apto para recibir sus enseñanzas elevadas, presentó reparos después de escuchar la explicación del Hatha-Yoga: "¡Oh Madhusudana (Krishna)! el sistema de yoga que Tú has resumido me parece impráctico e insoportable, pues la mente es inquieta e inestable". (Bg.6.33).

Por lo tanto, para alcanzar la meta del yoga-samadhi o meditación en el Supremo, las Escrituras Védicas recomiendan otro proceso para esta era, llamada el canto del Santo Nombre y el servicio al Supremo, o Bhakti-Yoga. Krishna dice en el Bhagavad-gita: "Y de todos los yogis, aquel que se refugia en Mí con gran fe, adorándome con amoroso servicio trascendental, es el que está más íntimamente unido conmigo en yoga y es el más elevado de todos". (Bg.6.47).

Y para controlar la mente inquieta, que es una necesidad primordial, Krishna recomienda: "Ocupa siempre tu mente en pensar en Mí y conviértete en Mi devoto; ofréceme reverencias y adórame. Estando completamente absorto en Mí, seguramente vendrás a Mí" (Bg. 9.34).

En consecuencia, en nuestro curso continuaremos instruyéndole acerca de la práctica y los beneficios del servicio devocional (bhakti-yoga) a la Suprema Personalidad, y la meditación en Su Nombre, con el entendimiento de que las

Asanas y el Pranayama, aparte de mejorar la salud y calmar la mente, son medios de preparación para meditar en Dios.

En nuestra Lección 6, 3a. Sección, le presentamos el Canto del mantra Hare Krishna, el cual esperamos, haya practicado durante todo el curso.

Hoy, por favor, lea de nuevo esa sección. Le daremos una explicación más detallada en la próxima lección para que usted pueda saborear abundantemente el néctar espiritual por el cual estamos siempre ansiosos.

SECCIÓN 4

DIFERENTES ASPECTOS DEL CONOCIMIENTO VÉDICO.

"Así como no se puede aplaudir con una sola mano, tampoco podemos lograr lo que hemos planeado sin hacer un esfuerzo". Pancatantra.

TANTRA-YOGA.- ¿Puede el sexo ser Yoga?.

Desde que el libro Siddhartha de Hermann Hesse capturó la fantasía de los Occidentales, indudablemente ha causado un impacto de pensamiento y acción, especialmente entre la gente joven. Aunque el libro no diga nada nuevo, parece ofrecer lo mejor de ambos mundos, el oriental y el occidental. En esencia, promete que uno puede dar rienda suelta a sus sentidos al más alto y al más bajo límite de disfrute, y que de esta manera uno puede llegar a la superconciencia.

Claro está que el placer material más elevado es el sexo, y los métodos espirituales genuinos prescriben abstinencia total o una muy estricta regulación. Así que este nuevo movimiento u onda puede aparecer como una alternativa placentera para la gente que toma las cosas superficialmente y solamente quiere ganancias sin ninguna pérdida o, como lo dice un proverbio bengalí, el tipo de gente que quiere solamente la parte trasera de la vaca (la parte que da leche) y no la parte delantera (la parte que tiene que ser alimentada).

Muchos de los así llamados líderes espirituales que han estado de alguna manera involucrados en esta onda o movimiento, se llaman a sí mismos "tántricos", y llaman "TANTRA-YOGA" a su proceso dudoso. Ellos sostienen que dicho proceso es una forma genuina de controlar la mente a través del agotamiento sexual, o ejercicio sexual llamado " tantra", que supuestamente está basado en la literatura Védica.

Como seguidor de la literatura Védica, el ISEV quiere aclarar esta práctica errónea y abominable, para evitar que las personas serias sean explotadas por estos engañadores astutos. Primero que todo, echémosle una mirada a la palabra "tantra". En sí "Tantra" quiere decir, "un sistema estricto de yoga, de mandamientos, regulaciones y reglas". Hay cuatro niveles progresivos de "tantras": 1) "Tantras" para gente que está en la modalidad de la naturaleza de oscuridad e ignorancia; 2) "Tantras" para aquéllas personas que se encuentran en la modalidad de la pasión; 3) "Tantras" para quienes están en la modalidad de la bondad; y 4) "Tantras" Vaisnavas que son para devotos del Señor y que por consiguiente han trascendido las modalidades de este mundo material.

El buscador Occidental considera que esta literatura Védica está oculta en el misterio, y mientras no conozca a un guru de buena fe, un preceptor espiritual genuino, él permanecerá en ilusión. Su Divina Gracia A. C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada ha disipado este misterio a través de la enseñanza de la literatura Védica, puramente y sin comentarios divergentes. "No tengo secretos", decía Srila Prabhupada, “les daré todo tal como es”. Generalmente, los así llamados gurus mantienen una actitud de misterio en cuanto a ellos mismos, algo así como: "Yo sé algo que no voy a decir", lo cual siempre mantiene a los seguidores buscando respuestas a tientas. Srila Prabhupada nunca fue así. Él repartió el tesoro de la literatura Védica.

Hay tres tipos de literatura sobre Vaisnava-tantras: El Narada-Pancaratra, El Pancaratra y El Vaikhanasa. Estos nos ofrecen reglas y regulaciones que liberan la mente de los apegos materiales, y fijan la conciencia en las formas, nombres, cualidades y pasatiempos del Señor Krishna. Estos tantras describen cómo un Vaisnava (un yogi que está dedicado al Señor Supremo) debe regular su vida: cómo debe usar las cuentas o japas para cantar mantras espirituales, cómo debe adorar las formas reveladas del Señor a través de las Deidades, y muchas otras técnicas de concepción acerca de Dios. El Vaikhanasa y otros "tantras" pancarátricos son muy rigurosos, y para hacer progreso espiritual uno debe seguir sus regulaciones sin falta. Los miembros de la Sociedad Internacional para la Conciencia de Krishna, por ejemplo, siguen el Narada-Pañcaratra.

Básicamente, todas las reglas y regulaciones del Narada Pancaratra están explicadas por Srila Rupa Gosvami en su libro “El Néctar de la Devoción”. Hay sesenta y cuatro puntos principales, de los cuales cinco son muy importantes:

1) Aceptar un maestro espiritual fidedigno. 2) Adorar las Deidades. 3) Estudiar el Srimad Bhagavatam y el Srimad Bhagavad-gita. 4) Cantar el Maha-mantra: HARE KRISHNA, HARE KRISHNA, KRISHNA KRISHNA, HARE HARE, HARE RAMA, HARE RAMA, RAMA RAMA, HARE HARE, en conjunto con otras personas e individualmente (o sea en voz baja cuando se cantan las cuentas, japas o rondas), y 5) Vivir en un lugar sagrado como Mathura-Vrndavana (el lugar donde el Señor Krishna nació y disfrutó de sus pasatiempos infantiles). Para seguir estas pautas apropiadamente uno debe recibir iniciación formal por parte de un maestro espiritual genuino y seguir estrictamente los cuatro principios básicos: no hacer sexo ilícito, no intoxicarse, no participar en juegos de azar y no comer carne, huevos ni pescado.

Los "tantras" Vaisnavas rápidamente eliminan la idea ilusoria de que el cuerpo físico es el yo. En muy corto tiempo el yogi devocional descubre que él mismo es un alma espiritual pura, bienaventurada y eterna, y así se sumerge con mucho entusiasmo en el océano del servicio amoroso al Señor Supremo. Paulatinamente todos los obstáculos desaparecen y empieza a experimentar gusto al oír y cantar los Nombres del Señor Supremo. Este gusto más alto sobrepasa todos los placeres materiales, y las circunstancias físicas y mentales no pueden distraerlo. Este placer se desarrolla en devoción pura (bhava-bhakti), en el cual el yogi experimenta cada emoción en grado máximo en

relación con el Señor Supremo. Cuando las ondas de "bhava" chocan en el corazón, el yogi devocional experimenta amor puro por la Suprema Personalidad de Dios, y ésta es la perfección más elevada de la vida.

Para aquellas personas que están apegadas a la modalidad mundana de la bondad se describe el proceso de "Karma-Kanda" o gratificación de los sentidos, combinado con algún aspecto de avance espiritual. Esta rama de la literatura Védica ofrece ceremonias de matrimonio, de nacimiento, fúnebres y ceremonias de adoración a diferentes semidioses para obtener éxito material.

De acuerdo con estos "tantras", si uno se involucra y compromete en la vida familiar, debe obedecer todas las regulaciones de las Santas Escrituras, y si no comete ningún pecado por 100 nacimientos humanos, regresará al mundo espiritual, en pocas palabras: volverá a casa, volverá al Supremo. Esto es un proceso lento, y arriesgar un nacimiento más en la vida material es absolutamente inseguro, ya que los sentidos son tan fuertes que en cualquier momento pueden hacer que uno cometa faltas y arruine así la oportunidad para la liberación definitiva.

Los "tantras" para quienes se encuentran en la modalidad de la pasión ofrecen métodos de rectificación de pecados anteriores a través de sacrificios costosos y difíciles, o a través de peregrinaciones largas a lugares sagrados. Aún cuando uno realice todos estos ritos, todavía puede tener el deseo en el corazón de seguir pecando. Y aunque este proceso de adorar deidades menores puede promoverlo a planetas más elevados y superhumanos, uno rápidamente gasta su buen karma y tarde o temprano cae en planetas inferiores y debe comenzar nuevamente. Es un proceso lento y sin ningún beneficio duradero.

Para aquellas personas que se encuentran en la modalidad de la ignorancia, aquellos que envidian a Krishna o que son demasiado impacientes al seguir un camino espiritual, o aquellos que quieren poderes mágicos, riqueza y pronta liberación, existe el proceso llamado Sr-vidya. (Este es el código yóguico que falsos gurus han pervertido al nivel de sexualidad burda y es el que los Occidentales han llegado a conocer como "Tantra"). Si uno falla en seguir las reglas y regulaciones de sri-vidya, va a experimentar no un logro rápido de poderes místicos sino más bien una caída precipitada y de ruina total, y en muchos casos enfermedades severas e incurables como la locura y hasta la muerte repentina.

Para tener éxito en el camino tántrico, el yogi trata de complacer la Deidad de la energía ilusoria destructiva, Kali (o Durga). Y el proceso es raramente llevado a cabo hasta el final. El aspirante debe controlar completamente sus órganos físicos a través de la práctica de posturas sentadas y ayunos dados en el proceso de Hatha-Yoga, y esto no es más que el principio. El yogi debe meditar de acuerdo a reglas muy estrictas.

KALI

LA DEIDAD DE LA ENERGÍA DESTRUCTIVA, PUEDE LLEVAR A SEVERAS E INCURABLES ENFERMEDADES, LOCURAS, O LA MUERTE SÚBITA PARA AQUELLOS QUE UTILIZAN DE MANERA IGNORANTE EL "TANTRA". (Ilustración)

El yogi debe estar sentado encima de una piel de venado, pasto "Kusa" y una tela de algodón, fijando sus ojos en la punta de la nariz. Además, él debe renunciar a toda intoxicación, Juego de azar, consumo de cualquier tipo de carne y practicar estrictamente el celibato. La restricción del impulso sexual es lo más importante si uno desea perfeccionar el así llamado Yoga del Sexo. Contrario a lo presentado por la publicidad actual, el placer físico no es el verdadero objetivo del "Hatha-Yoga".

Cuando el Yogi obtiene un control completo de todos sus órganos externos e internos, debe empezar a limpiar su mente de todas las atracciones y rechazos hacia las cosas materiales. No debe amar ni odiar a nadie ni a nada. Ahora el guru le aconsejará realizar austeridades constantes que únicamente van a probar la tolerancia del yogi en cuanto al frío y al calor. Si el yogi pasa estas pruebas calmadamente, entonces puede seguir el proceso, que continuará más difícil y agotador.

Primero, él debe cocinar carne y comerla sin ningún condimento o sazón y también sin disgusto o repugnancia, puesto que es probable que haya sido vegetariano. Debe ir luego a un crematorio en donde debe buscar entre las cenizas aquella parte del cuerpo humano que no se quema. Esta es un pedazo de grasa cilíndrico de más o menos 5 cms. de largo y 3 a 4 cms. de ancho, que está situado exactamente detrás del ombligo. No se consume en el fuego, pero resplandece con una luz verdusca, atemorizante y misteriosa. El yogi debe decir los mantras apropiados, y sin retroceder o pensarlo mucho, debe comerlo. Luego, en un momento determinado por el guru, el "yogi" debe cocinar un pescado muerto e igualmente comerá el pescado sin ningún desagrado. Luego él tiene que tomar vino sin que se vea afectado por el efecto del mismo. Todo esto prepara sus nervios y emociones y lo hace totalmente indiferente a las ansiedades y necesidades del cuerpo. Luego debe matar cinco animales y hacer una especie de asiento con sus cabezas. Después que el yogi se sienta sobre ellas, el guru invoca los espíritus de los animales, y estos atacan la mente del yogi. Si él queda cuerdo, puede proseguir a la próxima etapa, el sexo.

Bajo la supervisión del maestro espiritual, el yogi lleva a cabo una especie de acto sexual con una yogini (yogi femenina) quien ha sido llamada y entrenada en las artes de la carne. Durante la relación sexual el "yogi" debe controlar su mente y apretar los músculos del estómago con el fin de no perder su líquido seminal y sacar el líquido o flujo de la mujer. El "yogi" conserva la mezcla de estos dos líquidos en la base de su espina dorsal. Allí eventualmente encenderá el "Kundalini" (o "poder de la serpiente"), que subirá por su espina dorsal a través del nervio "susuma" y sacará el alma del "yogi" de la situación o lugar en el corazón, y luego, fuera del cuerpo, entrará en la luz clara y blanca. (Con sus mentes decrépitas, los engañadores de hoy han malinterpretado esta disciplina tan estricta y la han reemplazado por un "pase" barato para entrar en orgías).

Ahora el yogi se sienta para meditar y empieza con el sistema de "raja-yoga". Él eleva la fuerza del "Kundalini" por la espina dorsal a seis centros (o cakras) de poder psíquico. Las Deidades que moran en cada uno de los seis "cakras" o centros psíquicos le ofrecen poderes materiales y placeres de inconcebible dimensión. Estos son todos trucos de Kali

(Durga) para distraer al yogi del éxito. Así pues, si la fuerza del "Kundalini" llega al centro localizado entre sus ojos (ajma), el yogi puede prepararse entonces para dejar su cuerpo. Ahora tiene que hacer lo que se llama "la lengua larga".

Con el diente afilado de una cabra, el yogi se corta el séptum o la cuerda o carnecita debajo de la lengua. Día tras día él debe cortar el séptum una y otra vez con el objetivo de que la lengua pueda extenderse cada vez más. Cuando la herida se cura, el yogi debe cortar de nuevo y cada vez más profundo. A lo último debe ser capaz de estirar su lengua hasta la mitad de su nariz, y luego hasta los ojos. Esto debe continuar hasta cuando pueda estirar la lengua hasta su frente. Luego, a través de la fuerza del "Kundalini", el yogi eleva el alma viviente hasta la garganta e introduce la "lengua larga" en el pasaje posnasal. Esto evita que el alma pase a la boca, nariz, ojos u oídos. A través del fuego místico se abre un canal en la parte superior del cráneo, el cual se fractura, y el alma entra a la luz clara y blanca. Una vez que se encuentra en esta luz, si el yogi comete el error de pensar que se ha vuelto Dios, olvidará completamente toda su lucha con el cuerpo y caerá de inmediato en una forma inferior de vida tal como la de un germen o una piedra. El Srimad-Bhagavatam (10.2.32) lo advierte así: "Por su inteligencia impura, el yogi que se convierte en uno con Dios, cae finalmente de nuevo al mundo material, sin importar qué tan severas hayan sido las austeridades realizadas".

Ahora hemos echado una mirada en detalle al verdadero camino del "tantra". Los seguidores de los "tantras" Vaisnavas sugieren que para el progreso espiritual genuino, no es necesario pasar por todos estos problemas. En cambio se puede cantar HARE KRISHNA, HARE KRISHNA, KRISHNA KRISHNA, HARE HARE, HARE RAMA, HARE RAMA, RAMA RAMA, HARE HARE, y la vida comenzará a ser feliz, sencilla y sublime.

SECCIÓN 5

PRINCIPALES FILOSOFÍAS DE LA AUTO-REALIZACIÓN

CONCLUSIÓN DE LA LITERATURA VÉDICA.

La palabra Siddhanta quiere decir "conclusión". Podríamos preguntar si la literatura Védica tiene realmente un Siddhanta. ¿Hay algún tema comprensivo que une a todos los libros? Si el propósito es uno al final, ¿por qué aparecen los Sastras para presentar muchas filosofías diferentes? ¿Por qué enfatizan tantas formas diferentes de adoración y meditación? ¿Dan los Sastras mismos una historia digna de confianza de la literatura Védica?

Generalmente, los eruditos basan sus respuestas a estas preguntas en el orden histórico en el cual ellos creen que aparecieron los libros. De esta manera ha resultado la teoría de que el Rg Veda apareció antes que los Upanisad y los Puranas. Con el paso de cientos y miles de años la actitud de la gente cambió y supuestamente se desarrollaron filosofías y sectas diferentes. Muchos eruditos concluyen que alrededor del año 200 A.C. surgió el monoteísmo. Desde este punto de vista la literatura Védica aparece como Si no proviniera de un plan maestro singular.

La literatura Védica tiene, sin embargo, su propia versión del Siddhanta Védico y la historia. Para comprender la versión Védica, sólo tenemos que dejar que las Escrituras hablen por sí mismas.

EL SIDDHANTA VÈDIC0.

¿Dónde debemos buscar el Siddhanta Védico?, o ¿existe una sola obra que abrevie y clarifique las diferentes estirpes temáticas y sus posiciones y conclusiones relativas? Claro está que tal compendio de los Vedas tendría que ser autoritativo y aceptable a todas las escuelas filosóficas. Y claramente, de todas las obras, el Bhagavad-gita es la que mejor satisface estas calificaciones. Por esta sola razón, el Gita se ha convertido en la obra más conocida y frecuentemente traducida de todas las escrituras Védicas. Este es un punto en el cual todos los eruditos y acharyas Védicos están de acuerdo. Sankara describió al Gita como un resumen de la esencia de todas las enseñanzas Védicas. Ramanuja puso la clave de toda su filosofía, en su Gita-Bhasya (comentario sobre el Bhagavad-gita). Sridhara Swami declaró: "El Gita, el cual fluyó de la boca de Loto de Padmanabha Mismo (Bhagavan Krishna) debe ser bien asimilado; ¿cuál es el uso de la multiplicidad de otras escrituras? "Thomas Hopkins observó: "La grandeza y continua importancia del Gita descansa en su éxito en lograr una compleja síntesis de multi-propósitos". El comentador prominente del Gita, Su Divina Gracia A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada, escribe que el Gita es "la esencia del conocimiento Védico. Porque el Gita es hablado por la Suprema Personalidad de Dios, uno no necesita leer otra literatura Védica". Él agrega que si uno es tan afortunado de leer el Gita sin interpretación motivada, sobrepasa todos los estudios de sabiduría y el de las escrituras Védicas.

Es también de esta gran obra que Louis Renou escribe: "Para casi todo el mundo el Bhagavad-gita es el libro por excelencia". Ananda K. Coomerswami describe al Gita como un compendio de toda la doctrina Védica que puede ser hallado en los Vedas, Brahmanas y Upanisad anteriores, siendo así la base de todos los desarrollos posteriores. Puede ser considerado como el eje de toda la filosofía Hindú. Hace doscientos años las traducciones empezaron a aparecer en Occidente, y entre otros, Emmanuel Kant, Henry David Thoreau, Ralf Waldo Emerson y Aldous Huxley, han aceptado el Gita como su introducción a la sabiduría Védica.

En sus setecientos versos, el Bhagavad-Gita contiene los temas principales de la filosofía Védica. Si uno lee el Gita con la actitud apropiada, puede obtener conocimiento Védico a través del proceso natural de Sabda. En el Gita, Arjuna, el discípulo que tenía el ánimo turbado, acepta a Krishna como su maestro espiritual. Él es un guerrero, y su diálogo con Krishna toma lugar justo antes de una colosal batalla que iba a comenzar en el campo de Kuruksetra. Al ver a sus amigos y parientes en el otro lado, Arjuna de pronto pierde su deseo de luchar y se confunde acerca de su deber. Bhagavan Krishna comienza entonces a instruirlo, en consonancia con la totalidad del conocimiento Védico. En verdad, Krishna a menudo hace alusión e incluso cita los Sastras como el Vedanta-Sutra.

Si usamos el Bhagavad-gita como una guía para el Siddhanta de todos los Sastras - si éste es como dice Sankara "el resumen de la esencia", podríamos hacer la siguiente pregunta: ¿Cuál es la esencia del Bhagavad-gita? Realmente no

es una pregunta difícil. Porque Krishna afirma repetidamente que el Yogi más elevado es aquél quien se entrega exclusivamente en amorosa devoción a Bhagavan, la Suprema Personalidad de Dios. Krishna afirma que esta doctrina de amor y devoción por el Supremo es "la parte más confidencial de todas las escrituras Védicas". Al final Krishna concluye que Arjuna debe abandonar todos los otros Dharmas y sencillamente rendirse a Él. "Yo te liberaré de toda reacción pecaminosa, no temas" (Bg. 18.66).

Los seis Gosvamis famosos de Vrindavan escribieron muchos libros para proteger el Siddhanta de la tradición Vaisnava. (Foto)

El estudiante no debe confundir al Krishna del Bhagavad-gita con el "dios sectáreo, rural", mal interpretado por muchos eruditos. Del Krishna del Bhagavad-gita, Hopkins escribe: "Krishna ha sido revelado como el Señor Supremo (en el Bhagavad-gita), identificado con el Brahman y el Purusa Védicos y con la forma universal de Visnu. Él es la culminación de todas las formas religiosas de los Vedas". Ainslee Embree comenta: "A través del Gita está la suposición de que al trascender y completar las disciplinas del trabajo y el conocimiento, se logra la devoción por Krishna como el Señor Supremo. Al rendirse a Él, los hombres encuentran la meta final que ellos buscan, la realización de su verdadero Yo. Es este énfasis en la devoción lo que ha hecho que el Gita sea la escritura que simpatiza más directamente con el corazón del pueblo Hindú".

Cuando regresemos a la historia de la recopilación de los Sastras, podremos ver cómo los grandes temas del Bhagavad-gita resuenan armoniosamente a través de la literatura Védica.

SECCIÓN 6

EL YOGI Y SU RELACIÓN CON EL MUNDO.

EL YOGI, EL DÉBIL Y EL FUERTE

Así como la posición del fuerte es proteger a los más débiles, de igual manera, el deber de los que tienen el conocimiento es enseñar e instruir al ignorante. Por ejemplo, si tenemos un dolor de muela vamos inmediatamente donde el dentista. Él está en una posición superior por su conocimiento acerca de tratar y cuidar de esta clase de problemas; por lo tanto, nos rendimos a su conocimiento y autoridad. Otro ejemplo: cuando subimos a un avión y nos sentamos, tenemos fe absoluta en que el piloto sabe muy bien cómo manejar el avión, puesto que en sus manos está la vida de todos los pasajeros. A nadie se le ocurriría pedirle a su amigo Pedro que manejase el avión para que el piloto pudiera sentarse con los pasajeros y charlar un rato con ellos, ¿Por qué? Porque sabemos intrínsecamente que ciertas personas están cualificadas para una clase de trabajo y otras para otro.

Es un hecho comprobable, que en cualquier situación, algunos son más altos y otros más bajos, algunos más fuertes y otros más débiles. Si estamos desarrollando cierta clase de fuerza, nuestro deber es usarla para proteger a los más débiles. Srila Prabhupada explica que el hombre tiene fundamentalmente tres potencias o fuerzas. La potencia sexual, para engendrar hijos conscientes de Dios, la potencia física, para la defensa de los débiles; y la potencia espiritual para liberar almas caídas.

Como somos siempre más débiles que unos y más fuertes que otros, entonces debemos utilizar apropiadamente cualquier fuerza que nos haya sido otorgada, no para explotar a los débiles, ni para sentir envidia de los más fuertes. En la literatura Védica existe una historia que narra esta situación de manera muy bella:

Había una vez un sirviente que limpiaba el palacio, y cansado de limpiar se presentó ante el rey y se quejó de esta manera: "Mi querido Rey, te he estado sirviendo fielmente durante todos estos días. He estado trabajando muy duro, pero lo único que obtengo como pago es lo suficiente para vivir sencillamente, mientras que puedo ver que el Primer Ministro también te está sirviendo y está trabajando muy duramente, pero él no está trabajando más dedicado que yo, él no está dando más de su tiempo que yo, ni limpia el palacio como yo. Por eso no puedo comprender por qué le estas pagando más a él que a mí". El Rey respondió: "¿Tú piensas que eres igual al Primer Ministro?" Y el sirviente replicó: "Sí, me siento igual a él, siento que tengo las mismas capacidades". Y el Rey le contestó: "Bueno, hagamos una prueba". Y le pidió a otro sirviente que por favor fuera a traerle un elefante, y le dijo al primer sirviente: "Ve y averigua cuánto pesa este elefante". El sirviente salió del palacio y fue por toda la ciudad, tratando de encontrar una balanza adecuada para poder pesar al elefante. Después de muchas horas y ya muy cansado, regresó donde el Rey y le dijo: "Lo siento mucho, pero no pude saber el peso de este elefante, pues no encontré en el pueblo una balanza lo suficientemente grande como para pesarlo". Al oír tal respuesta, el Rey llamó a su Primer Ministro y le dijo: "Mi querido Primer Ministro, quiero que me averigües el peso de este elefante, ¿podrías hacerlo?" El Primer Ministro asintió y salió con el elefante, y luego de una media hora regresó con el animal y dijo: "El elefante pesa 1500 kilos". El sirviente quedó perplejo e inmediatamente le preguntó al Primer Ministro: "Mi querido señor, yo no pude pesar a este elefante. Por favor dígame cómo pudo averiguar su peso". El Primer Ministro le contestó: "Ah, esto no fue muy difícil. Primero lo llevé a un lago y lo puse en un gran bote. Luego medí la profundidad a la que el bote se había sumergido debido al peso del elefante, y cuando saqué al elefante llené el bote con pesas hasta que se hundió hasta la misma altura que lo había hundido el elefante. De esta manera, sin dificultad alguna, pude saber su peso". El sirviente, comprendiendo, se volvió muy humilde, y sin decir una palabra, regresó a sus actividades domésticas de limpiar el palacio, y lo hacia muy bien, porque sabía hacerlo. Podemos entender con esta historia que definitivamente hay diferentes capacidades entre las diferentes personas en este mundo, y que en verdad todos están sirviendo, pero algunas personas tienen grandes o especiales responsabilidades y otras las tienen pequeñas, según su inteligencia, sus capacidades y sus diferentes habilidades particulares. En el diario vivir podemos ver que una persona que tiene mucho dinero en sus manos y no esta moralmente cualificada, sencillamente gastará el dinero en prostitución e intoxicación, y en tantas otras actividades ilícitas. Por lo tanto, ¿por qué debería él tener dinero? El sistema Védico recomienda que cada cual tenga solamente aquello que pueda ayudarle en el avance espiritual. Si alguien no está cualificado, no se le debería permitir que manejara los fondos de la nación y de esa manera abrirle el camino para

que se convierta en un malhechor y tenga que sufrir en el futuro la reacción kármica. Es muy importante comprender este tópico. Tanto si estamos interesados en el bienestar común, como si en un momento dado tuviéramos que ejercer una función administrativa. Tanto en uno como en otro caso, es necesaria esa comprensión de los valores superiores de la vida, y la preparación en función de esos valores.

SECCIÓN 7

EL YOGA Y LA SALUD.

Hoy estudiaremos el valor nutritivo de los azúcares:

AZUCARES:

El azúcar refinado no fue incluido en el Ayur-Veda, por la sencilla razón de que éste no se conocía en su época.

Este tipo de azúcar llegó a la India durante la invasión Musulmana. Un profesor de Ayur-Veda nos decía que es tóxico hasta cierto grado.

Los azúcares naturales tales como el azúcar proveniente del jugo de caña, melaza, gur, azúcar en piedra y miel, son utilizados y descritos en el Ayur-Veda. Discutiremos todos estos elementos, muy nutritivos para la construcción del cuerpo. Ellos no deben ser tomados durante una enfermedad relacionada con kapha (enfermedad biliosa).

AZÚCAR Y EL JUGO DE CAÑA.

Madhura rasa (gusto dulce). El azúcar debe ser tomado con el estómago vacío. Controla vata (aire) e incrementa kapha (mucosidades), (Excepto si es tomado después de la comida, en cuyo caso incrementa vata). La caña debe ser masticada con los dientes para extraer el jugo. El exceso de Doshas es colectado en las fibras masticadas y de esta manera son desalojadas del cuerpo.

Forma excesiva orina y la caña amarilla es siempre mejor que la caña roja.

Cuando el jugo se hierve, evapora agua y aparece aquí lo que se conoce como melaza.

MELAZA NEGRA.

Ésta estropea las Doshas y es difícil de digerir. Puede causar lombrices en el estómago. Actúa como un laxante y es muy útil para el desorden del riñón y purifica la orina.

Cuando la melaza se limpia bajo el sol, las partículas negras son removidas y se transforma en Gur.

GUR (melaza marrón o amarilla)

Ésta ayuda a eliminar la constipación. Forma kapha y dhatus. Si es tomado en exceso, apaga por completo el fuego de la digestión. (Las grandes cantidades de azúcar dañan a Jataragni).

MELAZA GRANULADA

Ésta ayuda a controlar las impurezas de la sangre (rakta pitta). Controla vata (aire). Muy bueno para calmar la sed, el mareo y las náuseas.

Y ahora dos exquisitas recetas de uno de los postres Védicos más populares: La HALAVA.

HALAVA DE NUECES Y PASAS (Suji Halava).

Tiempo de preparación: 30 minutos.

Porciones: de 4 a 6.

Ingredientes:

2-1/2 Tazas de agua, o 1 taza de agua y 1-1/2 de leche; 1-1/8 Tazas de miel, o 1 taza de azúcar y dos cucharadas de miel, 1 Docena de tiras de azafrán español de buena calidad (opcional); 1 Cucharadita de semillas de cardamomo, no muy pulverizadas; 1/4 Cucharadita de nuez moscada en polvo; 1/8 Cucharadita de clavo en polvo; 1/8 Cucharadita de canela en polvo; 2 Cucharadas de uvas pasas; 1/2 Taza de ghee (mantequilla clarificada); 1 Taza de sémola, fécula o harina de yuca, también conocida como Maicena; 1/4 Taza de nueces picadas; 2 Cucharadas de coco seco o fresco, rallado.

1.- En una cacerola de 3/4, combine el agua o la mezcla de leche y agua, con una taza de azúcar o miel, el azafrán, el cardamomo y las especias en polvo. Deje hervir a fuego alto durante tres minutos. Luego retire del fuego y añada las uvas pasas.

2.- En otra cacerola caliente el ghee a fuego medio-bajo durante dos minutos. Añada la sémola o la fécula y deje que se fría durante unos 15 ó 20 minutos, o hasta que se ponga bien dorada. Luego, sin dejar de revolver, échele cuidadosamente el jarabe preparado en el punto anterior y las nueces. Deje hervir a fuego lento hasta que la harina absorba todo el líquido. (El tiempo de cocción varía un poco dependiendo de la harina que esté usando).

3.- Cuando la Halava esté suave y blanda, retire el recipiente del fuego, añada dos cucharadas de miel y colóquela en una vasija decorativa. Adórnela con el coco rallado y ofrézcala al Señor Krishna.

Nota.- Una pizca de sal cuando se va acabando de preparar la Halava, ayuda a perfeccionar su sabor. Es cuestión de gustos.

HALAVA DE SÉMOLA Y DE HARINA DE GARBANZO (Suji Halava II).

Tiempo de preparación: 30 minutos.

Porciones: de 4 a 6.

Ingredientes:

2-1/4 Tazas de leche; 1 Taza de azúcar o miel; 1 Cucharadita de semillas de Cardamomo en polvo; 1/4 Taza de uvas pasas; 1/2 Taza de ghee; 1 o 2 Hojas de caña fístula; 3/4 Cucharadita de semillas de Hinojo; 1/4 Taza de harina de garbanzo, cernida; 1 Taza de sémola, fécula o Maicena; 1/3 Taza de Almendras o nueces picadas; 1/3 Cucharadita de pimienta negra, un poco picada.

1.- Combine la leche, el azúcar o la miel y el cardamomo en una cazuela de 1/4 y póngala a fuego medio-alto. Revuelva hasta que hierva. Luego baje un poco el fuego y deje hervir durante 3 o 4 minutos. Retire del fuego y añada las uvas pasas.

2.- En una cacerola de 3/4 (las que no se pegan son ideales) coloque el ghee a fuego medio-bajo, durante dos minutos. Agregue las hojas de canafístula y las semillas de hinojo, revuelva y frite hasta que las semillas se pongan doradas. Añada lentamente la harina de garbanzo y la sémola o la maicena, deje freír sin dejar de revolver, hasta que el ghee absorba todos los ingredientes y se pongan de color dorado (más o menos 15 ó 20 minutos).

3.- Mientras continúa revolviendo, agregue el jarabe preparado en el punto No. 1, hasta que el líquido se absorba y la Halava esté suave y blanda. Ahora coloque en platos decorativos, rocíe las nueces o almendras picadas y los granos de pimienta, y ofrezca a Krishna.

Bueno, querido estudiante, no olvide devolvernos el cuestionario que le enviamos recientemente. Le deseamos mucho éxito.

Hasta la próxima lección.

Los Instructores

LA ALEGRÍA DEL CANTO CONGREGACIONAL DEL MAHA-MANTRA HARE KRISHNA ES INCOMPARABLE Y ES LA MEDITACIÓN RECOMENDADA PARA NUESTRA ERA ACTUAL. (Foto)